



Tekniska förvaltningen
Maria Taheri Wiik
maria.taheriwiik@kristinehamn.se

Plan
Policy
Handlingsplan
Rutin
Instruktion
→ **Riktlinje**

Riktlinjer för måltider inom socialförvaltningen

Dokumenttyp Riktlinje	Dokument-ID TN/2019:85	Datum för beslut 2019-10-22	Version 1.0
Beslutsinstans Tekniska nämnden	Dokumentansvarig Kost- och servicechef	Ansvarig för uppföljning Tekniska förvaltningen	Reviderad
Dokumentet gäller Riktlinjer för måltider inom socialförvaltningen			



Källa: Livsmedelsverket

En bra måltid mer än maten på tallriken

Det behövs flera faktorer tillsammans för att skapa en bra måltid där matgästen mår bra och känner matglädje. Att maten är god och trivsamt är viktigt för att maten ska ätas upp och göra nytta. En bra måltid ska också vara näringsrik och säker att äta. Den ska bidra till en miljömässigt hållbar utveckling. Med integrerad menas att måltiden är en del av omsorgen och ett socialt sammanhang. För att lyckas med en bra måltid krävs god samverkan mellan yrkesgrupper.

Goda måltider och delaktighet

Gemensamma kostombudsträffar med kök och avdelningar ska anordnas två gånger per år, däremellan ska ett aktivt samarbete mellan kök och avdelningar ske. Kostombudsträffarna är ett gemensamt ansvar mellan kost- och serviceavdelningen och socialförvaltningen, sammankallande till träffarna är styrgruppen för nutrition inom äldreomsorgen. Socialförvaltningen ansvarar för att varje avdelning har ett kostombud.

Måltidsenkäter på samtliga särskilda boenden genomförs regelbundet för att ta reda på hur de boende upplever maten och måltidsmiljön.

Integrerad måltid

Inom vård och omsorg, där måltiden i olika former inkluderas i biståndsbeslutet, ska mat och näring ses som en integrerad del av omvårdnaden. Alla som arbetar med måltider med sköra äldre ska arbeta för att stimulera aptit och främja matglädje för att minska risken för undernäring.

Näringsriktig måltid- rekommendationer för målgruppen

Måltiderna som serveras ska utformas enligt de Nordiska näringsrekommendationerna och följa livsmedelsverkets och socialstyrelsens råd. Enligt livsmedelsverkets rekommendationer för måltidsordningen är det viktigt för den som har liten aptit att måltiderna sprids över dygnet så att den får i sig tillräckligt med energi och näringsämnen. Nattfastan får inte överstiga 11 timmar.

Boendeformer som har ett totalt måltidsansvar, d.v.s. en dygnsportion, ska servera sex måltider varje dag, uppdelat på tre huvudmål och tre mellanmål. Mellanmålen bör stå för 30-40 procent av dagens totala intag av energi och näringsämnen. Servering av måltiderna ska ske i enlighet med socialförvaltningens riktlinjer för nutrition.

En dygnsportion inom omsorgen ska motsvara 100 % av det dagliga behovet vad gäller energi och näringsämnen.

Det kan med fördel serveras flera alternativa rätter att välja på för att öka mängden mat som äts och minska risken för sensorisk mättnad.

Utbud måltider från produktionsköket

Till särskilt boende i centrala Kristinehamn levereras varm lunch och kvällsmat från produktionsköket. Till lunch och kvällsmat på särskilt boende finns ett alternativ för matgästerna att välja på, i restaurangen på Uranus är det möjligt att välja på två rätter som dagens lunch.

I Menyplaneringen ska maträtterna anpassas utifrån årstider och traditionella helgdagar. Kost- och serviceavdelningen ska arbeta med näringsberäknade måltider och följa upp näringsriktigheten. Näringsberäkningen gäller de måltider som levereras från produktionsköket d.v.s. lunch och kvällsmål inkl. tillbehör. Kost- och serviceavdelningen ansvarar för att måltidspersonalen i produktionsköket har den kompetens som behövs för tillagning av goda, näringsriktiga och anpassade måltider.

Utbud måltider särskilt boende på landsbygden

Lunchen beställs från centralsjukhuset i Karlstad och levereras i kylda matportioner. Enhetschefen på respektive boende ansvarar för val av livsmedel, menyplanering, tillbehör, inköp och tillagning av kvällsmat, mellanmål och frukost. Enhetschefen på boendet har helhetsansvaret för måltiden och ansvarar för att omsorgspersonalen har kunskap om kost för äldre och näringsrekommendationer för målgruppen.

Utbud ordinärt boende

Matgäster som bor i det egna hemmet och är beviljade matdistribution får kylda matportioner levererade från Centralsjukhuset i Karlstad, CSK.

Säker mat

Egenkontrollprogram

I de kök där det finns måltidspersonal från kost- och serviceavdelningen ansvarar kost- och serviceavdelningen för att egenkontrollprogram tas fram, följs och att måltidspersonalen har den kompetens som behövs för att servera en säker mat.

I avdelningskök där personal från socialförvaltningen serverar eller lagar mat ansvarar respektive enhetschef för att egenkontrollprogram tas fram, följs och att personalen har den kompetens som behövs för att servera en säker mat. Vid behov finns kost- och serviceavdelningen som rådgivande funktion.

Specialkost

Medicinska skäl

Specialkost kan alltid tillhandahållas av medicinska skäl. Exempel på medicinska kost är; glutenfri, äggfri, komjölksproteinfri samt övriga individuella allergikoster.

Religiösa skäl

Kost kan tillhandahållas av religiösa och etiska skäl, med vissa föreskrifter. Av religiösa skäl kan vi tillhandahålla kost som inte innehåller griskött, nötkött, inälvsmat och blod/blodprotein. Däremot har vi inte möjlighet att erbjuda halal eller koschermat, detta på grund av svårigheter med tillgång av råvaror som ingår i dessa kost. Önskemål om dessa två kost tillgodoses genom att erbjuda vegetarisk kost.

Etiska skäl

Vi erbjuder ur näringssynpunkt, lakto-ovo-vegetarisk kost, det vill säga vegetarisk kost inklusive mjölk- och äggprodukter.

Konsistensanpassade kost

Individuella behov av anpassad konsistens vid tugg och sväljsvårigheter ska tillgodoses. Konsistenser som kan vara aktuella är;

Hel och delad – normal konsistens som delas på tallriken

Grov paté – luftig, mjuk, sammanhållen och grovkornig konsistens.

Timbäl – mjuk, slät och sammanhållen, likt en omelett.

Gelé – mjuk och hal.

Flytande – Slät och rinnande.

Tjockflytande - ibland lättare att svälja än flytande.

Senior Alert ska användas för riskbedömning, åtgärder och uppföljning gällande undernäring. I de fall brukaren/boenden inte vill delta i mätningen ska riskbedömning göras med hjälp av MNA (Mini Nutritional Assessment).

Trivsamma måltider

Måltidsmiljön har en stor inverkan på aptiten, verksamheten behöver därför skapa förutsättningar för var och en att vilja och kunna äta. Socialförvaltningens riktlinjer för nutrition lyfter vikten av en god måltidsmiljö samt ger handfasta tips.

Hållbarhet och miljö

I arbetet med hållbara måltider ska viktmätningar för att minska matsvinnet göras regelbundet i produktionsköket och i serveringsköken på avdelningarna, detta görs i enlighet med kommunens avfallsplan. Kost- och serviceavdelningen arbetar med menyplanering och tillagningsmetoder för att minimera matsvinnet och kunna använda överbliven mat på ett säkert och hållbart sätt. Portioner som inte är avbeställda i rätt tid debiteras verksamheten.

För att minska antalet transporter ska maten i största möjliga mån tillagas i nära anslutning till matgästen, det gäller utifrån de ekonomiska förutsättningarna som finns.

Kristinehamns kommuns ekologiska inköp bör kvarstå på 35 % och om det är möjligt öka med 2.5% per år fram till år 2030 för att uppnå det nationella målet om 60 % ekologiska livsmedel. Ökningen gäller under förutsättning att det är ekonomiskt möjligt inom befintlig budget. Köttmängden bör minska och andelen vegetabilier i maträtterna öka till förmån för kött producerat i närområdet. Vid upphandling av livsmedel ställs krav på kvalitet, miljöhänsyn och djurskydd utifrån upphandlingsmyndighetens krav samt kompletterande tillämpningsanvisningar beslutade av kommunstyrelsen.